

**HUBUNGAN ANTARA POWER TUNGKAI, PANJANG TUNGKAI DAN
FLEKSIBILITAS SENDI PANGGUL TERHADAP JARAK OPERAN
LONG PASSING DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA**

Oleh:

Rahmat Nasion
08602241095

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara power tungkai, panjang tungkai dan fleksibilitas sendi panggul terhadap jarak operan *long passing* dalam permainan sepakbola.

Jenis penelitian ini adalah korelasional. Metode yang digunakan adalah survei, dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain sepakbola divisi utama pencab PSSI Kota Yogyakarta tahun 2012, yang terdiri dari 11 klub, yaitu GAMA, HW, SO, MARGARIA ORION, ADKY, TNH, RAS ATMAJAYA, GAJAH BETENG, MAS, UNY, BROWIDJOYO. Sampel yang diambil dari hasil *random sampling*, berjumlah 161 atlet. Analisis data menggunakan uji regresi korelasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara power tungkai terhadap jarak operan *long passing* dalam permainan sepakbola, dengan nilai r hitung sebesar $0.595 > 0.165$ r tabel dengan $n = 161$ pada signifikansi 5%, maka H_a diterima. Ada hubungan antara panjang tungkai terhadap jarak operan *long passing* dalam permainan sepakbola, dengan nilai r hitung sebesar $0.691 > 0.165$ r tabel dengan $n = 161$ pada signifikansi 5%, maka H_a diterima. Ada hubungan antara fleksibilitas sendi panggul terhadap jarak operan *long passing* dalam permainan sepakbola, dengan nilai r hitung sebesar $0.588 > 0.165$ r tabel dengan $n = 161$ pada signifikansi 5%, maka H_a diterima. Ada hubungan antara power tungkai, panjang tungkai dan fleksibilitas sendi panggul terhadap jarak operan *long passing* dalam permainan sepakbola, dengan F hitung $75.129 > 2.66$ F tabel pada $\alpha = 5\%$ dengan derajat kebebasan $3;157$ dan nilai r hitungnya adalah 0.768 . Sumbangan efektif dari ke tiga variable yaitu power tungkai, panjang tungkai dan fleksibilitas sendi panggul terhadap jarak operan *long passing* sebesar 58,9 % dengan pembagiannya, power tungkai 14,47 %, panjang tungkai 30,68 % dan fleksibilitas sendi panggul 13,28 %.

Kata kunci: *power tungkai, panjang tungkai, fleksibilitas sendi panggul, jarak operan long passing*